Comment Baisser Le Regard ?

Fawâ'id shaykh 'Abderrazâq al badr

QUESTION :

Je suis éprouvé par de nombreux péchés et plus précisément par des péchés en rapport avec le regard ; quel est votre conseil pour nous et quelle est la voie vers le repentir ?

Réponse de l'honorable shaykh 'Abderrazâq Al-Badr – qu'Allah le préserve – :

Je demande à Allah d'ouvrir ta poitrine au repentir, de t'affermir sur la vérité et la voie droite et je Lui demande de nous accorder réussite dans les bonnes paroles ainsi que dans les œuvres pieuses.

Je vais te conseiller, à ce sujet, plusieurs choses :

La première : Que tu saches qu'Allah t'observe.

Se rappeler de cela à chaque instant représente le moyen le plus restrictif et le plus réprimant. Les gens de science sont unanimes quant au fait que le moyen le plus limitatif et le plus réprimant est que tu saches qu'Allah t'observe.

Si ton âme te suggère un quelconque péché ou une quelconque faute alors rappelle-lui qu'Allah l'observe parfaitement comme cela est mentionné dans le verset (traduction relative) :

{ Ne sait-il pas que vraiment Allah voit ? }

C'est aussi pour cela que tu observes que de nombreux versets s'achèvent par Sa parole (traduction relative) :

{ Allah est Parfaitement Connaisseur de ce que vous faites. }

{ et Allah est Clairvoyant sur ce que vous faites. }

{ Allah est, certes, Clairvoyant sur les serviteurs. }

Chaque fois que le serviteur rappelle cela à son âme, ce sera alors pour lui un moyen limitatif et réprimant : **« Celui qui est le plus connaisseur d'Allah sera le plus craintif à Son égard. »** comme l'ont dit les gens de science – qu'Allah leur fasse miséricorde –.

La deuxième : L'invocation.

Que tu multiplies les invocations et plus précisément la recherche de protection d'Allah contre le mal et que tu rajoutes à cela les invocations authentiques qui sont rapportées à ce sujet :

Comme sa parole ﷺ : **« Ô Allah je cherche protection auprès de Toi contre le mal de mon ouïe, le mal de ma vision, le mal de ma langue, le mal de mon cœur ainsi que le mal de mes désirs. »**

Ceci fait partie des invocations authentiques rapportées du Prophète ﷺ auxquelles il convient que tu accordes de l'intérêt.

Parmi ce qui a aussi été rapporté de manière authentique, il y a sa parole ﷺ : **« Ô Allah je cherche protection auprès de Toi contre les mauvais comportements, les mauvaises actions ainsi que les passions. »**

La troisième : Éviter les lieux de tentation.

Tu te dois de fermer les voies dont tu sais qu'elles te mèneront au mal et à la tentation. Ferme les voies, ne précipite pas ton âme dans les lieux de tentation tout en demandant le salut par la suite. Tu te dois d'éviter les lieux où la tentation est présente.

La quatrième : Avoir de l'intérêt pour les adorations.

Accorde de l'intérêt à l'adoration, rends-toi de bonne heure à la mosquée et ne te précipite pas à en sortir, et multiplie l'évocation d'Allah – Exalté Soit-Il -.

Parmi les belles anecdotes dont je ne me suis rendu compte qu'aujourd'hui (c'est-à-dire : le 10 avril 2012) et que j'ignorais, il y a le fait que lorsque **Mou'âwiya écrivit à Al-Moughîra : « Envoie-moi par écrit ce que tu as entendu du Messager d'Allah », Al-Moughîra**

écrivit : « À la fin de chaque prière, le Prophète ﷺ disait : « Il n'y a aucune divinité [digne d'être adorée] en dehors d'Allah, Seul, sans associé. À Lui la royauté, à Lui la louange et Il est capable de toute chose ; ô Allah, nul ne pourrait refuser ce que tu donnes, ni donner ce que tu refuses ; la richesse d'un riche ne saurait lui profiter contre Toi ». Il écrivit encore que le Prophète ﷺ avait interdit les commérages, la multiplicité des questions, le gaspillage des biens comme il avait interdit également l'ingratitude des enfants à l'égard de leur mère, l'ensevelissement des filles vivantes, le refus de donner (ce qui est imposé par la loi) et les demandes répétées.

Gloire à Allah ! Ceci est une anecdote marquante à laquelle il convient de faire attention.

En effet, si tu pries puis que tu évoques Allah et qu'Allah – Le Très-haut – te fait don de cet immense bienfait et de cette grande faveur, alors prends garde !

Tu as prié puis évoqué Allah avec ces invocations et tu es sorti de la mosquée ; rappelle-toi alors que le Messager d'Allah ﷺ interdisait les commérages, la multiplicité des questions, le gaspillage des biens comme il avait interdit également l'ingratitude des enfants à l'égard de leur mère, l'ensevelissement des filles vivantes, le refus de donner (ce qui est imposé par la loi) et les demandes répétées.

L'affaire de la prière est immense et particulièrement pour celui qui se rend tôt à la mosquée, qui est apaisé dans sa prière et évoque Allah avec les invocations authentiques qui sont rapportées jusqu'à ce qu'il se lève et s'en aille avec cet apaisement. Cette personne obtiendra, par cet apaisement, une part abondante de ce qui est mentionné dans le verset (traduction relative)

{ Et cherchez secours dans la patience et la prière }

La cinquième chose : La bonne compagnie

Il convient que tu t'efforces d'avoir une compagnie vertueuse et que tu prennes garde à la mauvaise compagnie car le compagnon est un aimant et a un effet sur son compagnon. Ô combien de compagnies ont détruit leur compagnon et l'ont attiré dans de bien mauvais endroits ! C'est pour cela que le Prophète ﷺ a dit :

«L'homme a la même religion que son ami proche. Que l'un de vous fasse donc bien attention à celui qu'il prend pour ami ! »

Et s'il est dit « prends garde à la mauvaise compagnie ! » sache qu'il est apparu à notre époque une nouvelle forme de compagnie qui n'existait pas auparavant : il s'agit de la fréquentation des chaînes télévisées et des sites internet.

Ceux-ci sont devenus des compagnons pour beaucoup de gens. L'individu peut rester en leur compagnie de longs moments ainsi que de nombreuses heures ; et si ces sites et chaînes que la personne regarde et écoute contiennent des ambiguïtés ou éveillent des désirs alors ceci est très grave pour celui qui fréquente ce genre de chaînes et de sites.

Question posée à l'honorable shaykh 'Abderrazâq Al-Badr – qu'Allah le préserve – alors qu'il donnait cours à la Mosquée du Prophète (Al-Masjid An-Nabawi) le mardi 18 Joumâda al-awwal 1433 qui correspond environ au 10 avril 2012.